

Psychoterapeutické poradenství Mgr. Michaela Spálenková **IČO: 17533554**

V tomto dokumentu naleznete všechny důležité informace o poskytovaných službách včetně podmínek spolupráce. Objednáním se na první sezení stvrzujete porozumění a souhlas s níže uvedenými podmínkami spolupráce.

(V případě nezletilých klientů stvrzují rodiče souhlas svým podpisem Informovaného souhlasu s poskytnutím individuální terapeutické péče nezletilému/nezletilé.)

Jako OSVČ poskytuji své psychoterapeutické služby v rámci péče o zdraví podle zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, § 2636 a následující. Má péče není zdravotní službou ve smyslu zákona č. 372/2011 Sb., o zdravotních službách.

Poradenství je proces založený na spolupráci mezi Vámi a psychoterapeutkou, jehož cílem je pracovat na oblastech ve vašem životě, se kterými nejste spokojen/a, a být Vám průvodcem v procesu hledání a dosahování Vašich životních cílů. Aby byl proces úspěšný, je nezbytné, abyste zaujal/a aktivní přístup. Do spolupráce s Vámi vstupuji s pozitivním očekáváním ohledně budoucího vývoje naší spolupráce.

Psychoterapeutický proces:

Terapie je pro mě založena primárně na vztahu a na empatickém přístupu a naslouchání. S klientem se domlouvám na tom, jaký přístup by mu nejlépe vyhovoval. První tři sezení věnuji domlouvání zakázky klienta. Na sezení se nejprve seznámíme, následně budeme mluvit o Vašich tématech a budeme se zabývat těmi, která Vás v současné době nejvíce zajímají, dle Vašich priorit. Budu samozřejmě plně respektovat pokud o některých tématech nebudete chtít zpočátku hovořit a budeme je jenom postupně, ve vzájemné důvěře, rozkrývat. Proces máte pod kontrolou a kdykoliv ho můžete zastavit. Pro základní zmapování a ošetření Vašeho problému počítejte přibližně s 10 sezeními. Následně se budeme dohadovat, zda by byla vhodná další spolupráce. Mojí snahou nebude usměrňovat Vaše jednání spíše poskytnout jiný pohled a nadhled. Každého člověka vnímám jako schopného s potenciálem řešit svá témata. Vše je samozřejmě dobrovolné a nemáte žádnou povinnost docházet na sezení proti vlastní vůli.

Rizika: Terapie přináší klientům jak výhody, tak rizika. Během terapeutických sezení většinou dochází k výraznému snížení nepříjemných pocitů, zvýšené spokojenosti v oblasti partnerských vztahů, reálnějšímu náhledu na sebe sama, zlepšení schopnosti odolávat stresu a nové pohledy na některé dlouhotrvající problémy. Rizikem terapie je i to, že v důsledku otevírání Vašich někdy bolestivých nebo nepříjemných prožitků může dojít i ke zhoršení Vašeho stavu. (Např. prožitky nepříjemných pocitů - smutek, vina, úzkost, vztek, hněv, frustrace, osamocení a bezmocnost aj.)

Terapeutický vztah je jedním z nejzásadnějších faktorů v terapii a je prokázáno, že je pro klienty přínosný. Nemohu však ručit za to, co se bude během našich setkání dít a

do jakého Vašeho životního období a emočního nastavení naše spolupráce zrovna vstoupí. Terapie vyžaduje Váš aktivní přístup. Během terapie můžeme zjistit, že je potřeba jiný terapeutický přístup, nebo spolupráce s lékařem, o všech možnostech spolu budeme mluvit. Konečné rozhodnutí je vždy na Vás.

Poskytování služeb: Standardní forma setkání je osobně v pondělí na adrese: Wuchterlova 523/5, 160 00 Praha 6 – Dejvice místnost č. 6009, Ostatní pracovní dny na adrese: Staropramenná 654/29, Praha 5 - Smíchov (V prostorách Domu tří přání z. ú.)

Doporučuji Vám, abyste si všechny informace a dojmy z našich prvních sezení důkladně zvážil/a a svobodně rozhodl/a, zda se Vám bude se mnou v horizontu několika měsíců dobře spolupracovat.

Mlčenlivost: Součástí terapie je, že se mnou budete probírat Vaše osobní záležitosti. Úspěšnost naší spolupráce bude záviset na tom, jak budete otevřen/a hovořit o svých pocitech, hodnotách a životních krocích. Abyste se cítil/a uvolněně a mohl/a se svobodně vyjádřit, jsem povinna zachovávat mlčenlivost o všech informacích, které se během terapie dozvím. V České republice jsem členkou České asociace pro psychoterapii (www.czap.cz) jejímž etickým kodexem (<https://www.czap.cz/Eticky-kodex>) jsem vázána.

V souladu s těmito pravidly nezpřístupním informace získané během našich sezení žádné třetí straně bez Vašeho písemného souhlasu kromě výjimky, kdy je takové zpřístupnění nutné, abych „ochránila Vás nebo někoho jiného od přímého nebezpečí“, nebo kdy je to jinak zákonem vyžadováno (např. v případech zneužívání dětí, seniorů, nebo jinak znevýhodněných občanů nebo na základě soudního příkazu)

Čas: Jednotlivá sezení jsou plánována na padesát minut. Čas, který je určen našemu sezení je pouze pro Vás. Pokud potřebujete zrušit nebo přeobjednat sezení, udělejte to, prosím, nejméně 48h dopředu. Budu pro Vás hledat nejbližší možný náhradní termín. Dále bych Vás ráda upozornila, že jste ve vlastním zájmu zodpovědný/á dorazit na sezení včas; sezení skončí dle předem domluveného času, i v případě, že se opozdíte.

Pokud na sezení nedorazíte, nebo ho zrušíte s méně než 48h předstihem budu po Vás požadovat úhradu celého sezení tak, jako kdyby proběhlo.

GDPR: Z profesního hlediska mám povinnost zaznamenávat každé naše sezení nebo telefonickou komunikaci. Zaznamenávám si stručné informace o tom, jaký byl Váš hlavní důvod vyhledat mě. Jaké jsou Vaše cíle a pokroky, kterých jsme spolu dosáhli, témata, která jsme diskutovali, Vaší osobní historii, a účetní záznamy. Vaše jméno a kontaktní údaje (telefonní číslo, e-mail) využívám ke komunikaci s Vámi, zvláštní kategorie osobních údajů (například údaje o Vašem zdravotním stavu, osobních

preferencích, způsobu života apod.) využívám k provádění své práce psychoterapeutky.

Supervize: Abych Vám poskytla službu na nejvyšší úrovni, vyhrazuji si právo v případě potřeby Váš případ na anonymní bázi konzultovat s jinými specialisty na oblast duševního zdraví.

Sdílení údajů: Vaše osobní údaje sdílím pouze v případě potřeby a pouze se supervizorem v rámci svého dalšího profesního růstu, abych Vám mohl zajistit ty nejvyšší služby. Supervizorovi ovšem neposkytuji Vaše jméno ani kontaktní údaje.

Úhrada za služby: Poplatek za služby je splatný v okamžiku poskytnutí služby. Na každé sezení vystavuji fakturu. Platby přijímám převodem na bankovní účet: 331997992/0300 vedený u ČSOB.

Vaše připomínky: Pokud nebudete spokojen/a s tím, jak sezení probíhají, **prosím Vás o okamžitou zpětnou vazbu**, abych mohla Vaše připomínky zpracovat. Zpětnou vazbu od Vás považuji za nezbytnou a velmi si ji cením.

Další práva:

- Máte možnost kdykoliv naši spolupráci ukončit; v takovém případě Vám ráda poradím s výběrem jiného specialisty, pokud ho budete potřebovat. V případě, že je naše spolupráce zavedená (tj. viděli jsme se více než 3x) doporučuji rozloučení věnovat jedno ukončovací sezení, kde zreflektujeme proces, kterým jsme společně prošli.
- Máte právo na péči, která bude respektovat Vaše potřeby a nebude Vás jakkoliv znevýhodňovat na základě rasy, etnika, barvy pleti, pohlaví, sexuální orientace, věku, náboženství nebo národnosti.
- Máte právo ptát se na cokoli ohledně terapeutických metod, mého vzdělání nebo mých zkušeností.
- Máte právo očekávat, že se současnými ani bývalými klienty neudržíte společenské ani intimní vztahy.

Účastí na prvním sezení stvrzujete, že jste přečetl/a a byl/a srozuměn/a s výše uvedenými informacemi a že pokud jste měl/a nějaké otázky, byly uspokojivě odpovězeny. Zároveň vyslovujete souhlas s podmínkami spolupráce a zavazujete se je dodržovat.

Děkuji Vám, těším se na setkání a spolupráci.

Mgr. Michaela Spálenková